



Nieuwsbrief 4

# Samen tegen eenzaamheid

## Augustus 2019

**Dit is de vierde nieuwsbrief van het project Samen tegen Eenzaamheid Oegstgeest. In deze nieuwsbrief kunt u lezen over:**

- uitnodiging en aanmelding voor de netwerkbijeenkomst op 7 oktober;
- tekst 'Ik-doe-mee-verklaring';
- de eerste gezamenlijke actie van het netwerk: 'Oegstgeest ontmoet';
- subsidieoproepen voor lokale initiatieven die eenzaamheid onder ouderen aanpakken;
- wij doen ook mee! Argenta en stichting Lumen;
- nieuws vanuit het landelijk programma Eén Tegen Eenzaamheid: avondvullend TV-programma;
- nieuwe handreiking: 'Kom erbij! Met kunst en Cultuur';
- vrijwilligersmarkt Zorg en Welzijn Oegstgeest: doet u mee?

Zien wij u op maandag 7 oktober?

### Uitnodiging voor de 2<sup>e</sup> grote netwerkbijeenkomst

Ik nodig u van harte uit voor deze 2<sup>e</sup> netwerkbijeenkomst van het project Samen tegen Eenzaamheid Oegstgeest. Deze bijeenkomst staat in het teken van de officiële oprichting van het netwerk. Ik ga u vragen op 7 oktober een 'Ik-doe-mee-verklaring' te ondertekenen. De tekst van die verklaring kunt u hieronder alvast lezen. Daarnaast is er, met hulp van een groep actieve netwerkliden, weer een verassend en interactief programma samengesteld. Zo kunt u onder andere de inventarisatie van alles wat er al is in Oegstgeest (de sociale kaart) bekijken en aanvullen.

<b>Datum:</b>	Maandag 7 oktober 2019
<b>Tijdstip:</b>	Inloop vanaf 14.45 uur
<b>Start programma:</b>	15.15 uur
<b>Eindtijd:</b>	Rond 17.30 uur
<b>Locatie:</b>	Cultuurhuis de Paulus, Warmonderweg 2, Oegstgeest



Voor een goed verloop van de bijeenkomst is het noodzakelijk dat u zich **van te voren aanmeldt**. Aanmelden kan via het [contactformulier](#) van gemeente Oegstgeest.

**Het programma begint om 15.15 uur, fijn als u op tijd kunt zijn.**  
Tot dan!

Mirjana Pannekoek  
projectleider

Tekst van de Ik-doe-mee-verklaring

*“De aanpak van eenzaamheid vraagt om bundeling van krachten. Daarom doe ik mee met het netwerk Samen tegen Eenzaamheid Oegstgeest. Het doel van het netwerk is samen een bijdrage te leveren aan het bespreekbaar maken, voorkómen en verminderen van eenzaamheid in Oegstgeest.*

*Als lid van het netwerk “Samen tegen Eenzaamheid Oegstgeest”:*

- ... lever ik een actieve bijdrage aan de doelstelling van het netwerk en aan een te ontwikkelen gezamenlijk actieplan;
- ... ontvang ik de digitale nieuwsbrief en blijf zo op de hoogte van de activiteiten van het netwerk en relevante informatie en bijeenkomsten;
- ... zoek ik verbinding met andere leden van het netwerk op het gebied van kennisdeling, afstemming en doorverwijzing;
- ... zet ik mij binnen mijn eigen organisatie en/of privé in om eenzaamheid op de agenda te krijgen en te houden en het aanbod daarop af te stemmen.

*Op die manier ben ik onderdeel van een krachtige beweging van gemotiveerde mensen en organisaties uit allerlei sectoren, die gezamenlijk het verschil willen maken: om in Oegstgeest eenzaamheid bespreekbaar te maken, te voorkómen en te verminderen.”*



## ‘Oegstgeest Ontmoet’

In het kader van de landelijke week van de eenzaamheid organiseert het netwerk i.o. ‘Samen tegen Eenzaamheid Oegstgeest’ in samenwerking met de gemeente Oegstgeest van 1 t/m 8 oktober 2019 ‘Oegstgeest Ontmoet’.



Deze week staat in het teken van ‘ontmoeten’. Laagdrempelige activiteiten met voor elk wat wils staan op het programma. Van sportief wandelen en zwemmen, dansen en theater tot samen eten of kunst maken. Daarnaast zijn er meerdere workshops waarbij dieper ingegaan wordt op het gevoel van eenzaam zijn en hoe dit aan te pakken.

De meeste activiteiten hebben vrije inloop en zijn gratis. Sommige activiteiten vragen om aanmelding en hebben een kleine toegangsprijs om uit de kosten te komen.

Kijk voor het volledige programma, meer details en om aan te melden [op deze pagina](#).

**Oproep: verspreid het programma onder uw bezoekers/deelnemers/cliënten en help zo mee deze eerste gezamenlijk actie van het netwerk tot een succes te maken!**

**Posters en flyers zijn te bestellen bij Sandra Poel: [s.poel@wijzijneva.nl](mailto:s.poel@wijzijneva.nl)**

### **Subsidieoproepen voor lokale initiatieven die eenzaamheid onder ouderen aanpakken**

Om eenzaamheid onder ouderen duurzaam terug te dringen, kan subsidie worden aangevraagd voor de opzet, uitwerking en beschrijving van startende en bestaande lokale initiatieven tegen eenzaamheid.

Deze regeling is een initiatief vanuit het actieprogramma Eén tegen eenzaamheid van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). De twee subsidieoproepen worden geopend door ZonMw.

Er zijn subsidieoproepen voor startende en bestaande lokale initiatieven. De subsidie helpt initiatiefnemers bij het (verder) ontwikkelen van hun initiatief en het zetten van de eerste stappen om hun kennis en ervaringen te delen. Er kan maximaal € 15.000 worden aangevraagd voor startende initiatieven en € 25.000 voor bestaande initiatieven. In 2020 komt een vervolg op deze subsidieoproepen gericht op onderzoek.

Wie kan aanvragen en hoe dient u deze aanvraag in?

De aanvragers van deze subsidies moeten direct betrokken zijn bij (eenzame) ouderen of samenwerken met (een) lokale organisatie(s) die bij ouderen betrokken is. Je kan alleen een subsidieaanvraag indienen als je **uiterlijk 12 september 2019 (om 14.00 uur) een vóóraanmelding** bij ZonMw hebt gedaan. Je kan je vooraanmelding bij ZonMw doen via [dit online registratieformulier](#). De definitieve subsidieaanvraag moet uiterlijk 8 oktober 2019 bij ZonMw binnen zijn.

Lees alles hierover [op deze pagina](#)

## Wij doen ook mee! Samen tegen eenzaamheid Oegstgeest

**Niets over ons zonder ons - Ervaringsdeskundigheid  
in Oegstgeest: Argenta en Lumen**

Of iemand nu langere tijd eenzaam is of af en toe even, hij/zij kan haarzuiver aangeven wat helpt om dit gevoel het hoofd te bieden. Argenta Consult coacht ervaringsdeskundigen, die bij een initiatief als 'Een tegen eenzaamheid' willen aanhaken. Zo kan iemand vanuit eigen ervaring een zinvolle bijdrage leveren aan het programma. Ook is het belangrijk dat deze persoon op het moment dat hij/zij zelf gebruik gaat maken van een onderdeel uit het aanbod, gelijkwaardig weet mee te beslissen over de invulling ervan.

Stichting [Lumen](#) is een onafhankelijke regionale cliëntenorganisatie. Vanaf 1 maart organiseert Lumen de Inloop in het Dorpscentrum in Oegstgeest. Vanuit ervaringsdeskundigheid biedt Lumen ondersteuning, scholing, voorlichtingen en belangenbehartiging. Medewerkers hebben hun eigen ervaringen met o.a. psychosociale problematiek, waaronder ook eenzaamheid, leren inzetten om mensen met hulpvragen open en op voet van gelijkwaardigheid begripvol te ondersteunen. Eenzaamheid kan misschien niet 1-2-3 'opgelost' worden, maar erkenning (van het durven delen) van deze ervaring is een belangrijke eerste stap. Argenta en Lumen doen mee!

## Nieuws van het landelijk programma. Eén Tegen Eenzaamheid

**Op 16 oktober 2019 vraagt Omroep MAX met een  
avondvullend televisieprogramma aandacht voor  
eenzaamheid onder ouderen.**

Tijdens die avond zal een belpanel de oproep van ondernemers, organisaties, inwoners die naar aanleiding van dit programma in actie willen komen opvangen. Het belpanel legt de link met de organisaties en activiteiten die er op lokaal niveau al zijn. De landelijke Luisterlijn zal eenzame mensen te woord staan tijdens de avond, en voor verdere hulp verwijzen naar lokale meldpunten/organisaties.

## Nieuwe handreiking 'Kom erbij! Met kunst en cultuur'



**Hoe zet je kunst en cultuur in bij eenzaamheid? Deze handreiking helpt culturele en sociale professionals om hun krachten te bundelen en kan ondersteuning bieden bij de vorming van lokale coalities tegen eenzaamheid.**

De informatie is gebaseerd op ervaringen met tientallen culturele interventies tijdens de Week tegen Eenzaamheid 2018. Uitgegeven door LKCA, Cultuurconnectie en Coalitie Erbij. U kunt de handreiking [hier](#) downloaden.



## Vrijwilligersmarkt Zorg en Welzijn Oegstgeest

**Werkt uw organisatie met vrijwilligers? Dan bent u van harte welkom op de vrijwilligersmarkt Zorg en welzijn. We willen hier inwoners van Oegstgeest informeren over mogelijkheden en initiatieven op het gebied van vrijwillige inzet in o.a. één op één contact. U kunt uw initiatief of organisatie hier presenteren. Doet u mee?**

**Datum en tijd:** Dinsdag 29 oktober 18.30 – 21.30 uur

**Locatie:** Wijkcentrum Buitenlust, Curaçaostraat 18, 2341 XB Oegstgeest

### **Voor meer informatie en deelname:**

Marian Krol, [m.krol@wijzijneva.nl](mailto:m.krol@wijzijneva.nl), 071 5161445

De vrijwilligersmarkt wordt georganiseerd door het Netwerk Vrijwillige Ondersteuning Oegstgeest (NVOO). Het NVOO streeft naar goede ondersteuning en begeleiding van vrijwilligers in de zorg- en welzijnssector in Oegstgeest en werkt samen aan het vinden, binden, boeien, uitwisselen en scholen van vrijwilligers om de hulpvragen in Oegstgeest zo goed mogelijk te bemiddelen.



### **AFMELDEN**

Wilt u deze nieuwsbrief niet meer ontvangen en niet meer worden betrokken bij het project Samen tegen Eenzaamheid Oegstgeest?

Beantwoord dan deze [mail](#) met 'Graag uitschrijven'